

## Seilschaftscoaching 1 4000plus

### Schritte in die Selbständigkeit

In diesen Aufbaukursen frischen Sie mit nur 3-4 Gästen pro Bergführer die Grundkenntnisse auf und vertiefen sie auf interessanten Touren. Die unterwegs auftretenden Anforderungen (Planung, Routenwahl, Sicherungs- und Klettertechnik usw.) werden in Theorie und Praxis vertieft.

### Kursziel/-Inhalt

- Gecoacht vom Bergführer über interessante Routen schöne Gipfel mit Gleichgesinnten besteigen.
- Der Bergführer nutzt günstige Situationen, um Lerninhalte zu vermitteln und Wissenslücken zu schliessen. Er fördert Sie mit gezielten Aufgaben, Fragen und Feedbacks.
- Gemeinsame Tourenplanung, Entscheidungen unterwegs und gezielte Tourenausswertung.
- Risikomanagement.

Ziel: Leichte Hochtouren selbständig unternehmen und auf anspruchsvolleren sicher mitgehen können.

Die Idee ist, dass Sie verschiedene Coaching-Kurse besuchen: Damit sind Sie in unterschiedlichen Gebieten und manchmal mit einem anderen Bergführer unterwegs. So und mit eigenen Unternehmungen erweitern Sie laufend Ihren Erfahrungsschatz.

### Programm

Unsere vielseitige Ausbildungswoche rund um Saas Fee mit ausgesetzten Fels- und Firngraten und spannenden, spaltenreichen Gletschern wird Sie begeistern: Auf dieser Woche wird der „komplette“ und idealerweise schon etwas an die Höhe gewöhnte Bergsteiger gefordert und geschult! Nach einer Ausbildungseinheit am ersten Tag, geht's über die wohl schönste Route auf das Allalinhorn: den Hohlaubgrat, einen eleganten Firngrat mit einer Schlüsselstelle im Fels. Auch den Alphubel überschreiten wir: Hier erwarten uns zuerst rassistige Stellen im Gneis, dann Firn. Danach gönnen wir uns eine Nacht im Hotel in Saas Fee, bevor wir zur Krönung der

Woche das hohe und rassistige Nadelhorn besteigen!

Mögliches Programm:

1. Tag: Anreise nach Saas Fee - gemeinsam mit der Seilbahn bis Felskinn 2991m - Aufstieg zur Britanniahütte 3030m (1h) - Ausbildung Seilhandhabung.
2. Tag: Allalinhorn 4027m (Hohlaubgrat, 4h, WS+, II) - Feechopf 3883m (WS+; II) - Täschhütte 2701m (4h).
3. Tag: Mischabeljoch 3851m - Alphubel 4206m - (N-Grat, 6h, ZS-, II) - Abstieg je nach Verhältnissen (Feechopf-Mittelallalin oder Felskinn). Seilbahn nach Saas Fee 1809m - Übernachtung im Hotel.
4. Tag: Aufstieg zur Mischabelhütte 3329m (3-4h) - Ausbildung.
5. Tag: Besteigung des Nadelhorns 4327m (4h, WS, II) - Saas Fee (4h) - Heimreise.

### Anforderungen

Aufbau 1: Trittsicherheit, klettern mit Bergschuhen im Vorstieg im III. Grad, Umgang mit Steigeisen und Pickel auf Touren eingeübt (Stellen bis 45° in hartem Firn oder Eis), Kondition für sieben- bis achtstündige Touren (reine Marschzeit).

### Leistung / Preis

Kleingruppe mit 3-4 Gästen.

Im Preis inbegriffen sind die gesamte Planung und Organisation, eine Übernachtung in Hotel im DZ, drei Übernachtungen in Hütten im Lager, Halbpension und Tourentee, Führung und Ausbildung durch dipl. Bergführer, ausführliche Lehrunterlagen und CO2 Kompensation bei myclimate.

Kosten pro Person Fr. 1470.-.

### Treffpunkt / Reise

Besammlung um 10.04 Uhr in Saas Fee (Busterminal).

SBB-Fahrplan: Zürich ab 7.02, Bern ab 8.06, Basel ab 6.59, Luzern ab 7.00, St. Gallen ab 5.42 Uhr.

Heimreise: ca. 16.00 Uhr ab Saas Fee

## Ausrüstungsliste

- Steigeisen (mit Antistoll)
- Pickel
- Anseilgurt
- Helm
- 3 Karabiner mit Sicherheitsverschluss, einer davon birnenförmig (geeignet für HMS-Sicherung)
- 3 Expressschlingen
- 1 Bandschlinge (1.20m)
- kurzes u. langes Reepschnurstück (1.50m & 4m à Ø 5-6mm)
- Abseilgerät
- mind. 1 Eisschraube
- falls vorhanden: Weitere Schlingen, Einzelkarabiner und Expressschlingen
- falls vorhanden: Keile, Camlots, Micro Traxion/Ropeman
  
- Rucksack
- Bergschuhe
- Warme Kleidung (Schichtenprinzip)
- Ersatzwäsche
- Regenjacke mit Kapuze
- Handschuhe (2 Paar)
- evtl. Gamaschen
- Mütze/Stirnband
- Sonnenhut
- gute Sonnenbrille
- Sonnencreme/Lippenschutz
- evtl. Teleskopwanderstöcke
- Kompass und Höhenmeter (wenn vorhanden)

- Stirnlampe
- Toilettenartikel
- Seidenschlafsack
- evtl. Ohropax
- evtl. Blasenpflaster
- evtl. persönliche Medikamente
  
- evtl. Fotoapparat
- evtl. Feldstecher
  
- SAC-Ausweis (wenn vorhanden)
- evtl. Halbtax-Abo
- Geld für Bergbahnen und Getränke in Hotel/Hütte
  
- (Thermos-) Flasche
- Taschenmesser
- Lunch für fünf Tage
  
- Landeskarte 1:25'000: Randa 1328, Saas 1329 oder Ausdrucke davon:  
<https://s.geo.admin.ch/7345e67cbe>
- evtl. Kompass, Höhenmesser, GPS
- Lehrheft "Technik und Taktik für leichte Hochtouren"

## Mietmaterial

Technisches Material kann bei uns bis 10 Tage im Voraus gemietet werden. Der Bergführer bringt Ihnen das Material direkt auf die Tour/den Kurs mit.

[Zur Mietmaterialliste >](#)

## BÄCHLI BERGSPORT IHR AUSTRÜSTUNGSPARTNER

Die grösste Auswahl von Bergsportartikeln in der Schweiz, sportliche Beratung, wegweisenden Service und faire Preise.

10 mal in der Schweiz oder unter [www.baechli-bergsport.ch](http://www.baechli-bergsport.ch)

